

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan merupakan masalah yang sering terjadi pada pasien yang akan menjalani tindakan pembedahan. Sekitar 20% penduduk dunia mengalami kecemasan preoperatif. Di beberapa negara dilaporkan lebih tinggi seperti di Nigeria, prevalensi kecemasan pada pasien preoperatif adalah sebesar 51% (Nigussie et al., 2014). Di Kanada pasien yang mengalami kecemasan pada saat akan di lakukan tindakan pembedahan mencapai 89% (Spreckhelsen, 2021). Di seluruh Indonesia sekitar 80% pasien yang mengalami kecemasan sebelum tindakan operasi (Putri et al., n.d. 2022). Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan mengemukakan data kecemasan pasien di RSUD Kanjuruhan Kabupaten Malang, dari 30 pasien preoperatif sekitar 18 pasien mengalami cemas ringan, 7 pasien mengalami kecemasan sedang dan 5 pasien mengalami kecemasan berat. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar pasien yang akan menjalani tindakan pembedahan mengalami kecemasan.

Tahap perioperatif merupakan fase yang menimbulkan kekhawatiran bagi sebagian besar pasien yang menjalani operasi (Spreckhelsen, 2020). Kecemasan preoperatif timbul karena adanya persepsi yang salah terhadap tindakan operasi yang akan dilakukan dan pemikiran yang terlalu *overthinking* terhadap tindakan operasi seperti, takut terjadi hal yang tidak di inginkan selama operasi, komplikasi yang akan terjadi, dan kegagalan saat operasi (Trilianto et al., 2019).

Tingkat kecemasan pasien preoperatif yang rendah atau ringan merupakan hal yang biasa terjadi, namun pada pasien yang mengalami tingkat kecemasan yang

lebih tinggi dapat menimbulkan denyut jantung meningkat dan hipertensi. Studi yang dilakukan oleh (Inayati dk, 2017) dan (Pontoh B dkk, 2015) menyebutkan bahwa peningkatan tekanan darah, peningkatan denyut jantung dan tingkat kecemasan memiliki hubungan yang signifikan sehingga berdampak pada pelaksanaan operasi (Inayati et al., 2017a) ; (Pontoh et al., 2015).

Dampak dari kecemasan preoperatif dapat menyebabkan gagalnya operasi secara mendadak atau *delayed operation*. Menurut (Hartono S dkk, 2017) pada Tahun 2015 dari 9834 pasien yang direncanakan operasi, sebanyak 1879 pasien operasinya dibatalkan karena merasa sulit tidur, cemas kondisi semakin memburuk (Hartono et al., 2017). Terjadinya penundaan operasi di sebabkan oleh faktor perubahan akut fungsi kardiovaskuler dan pernafasan, seperti meningkatnya tekanan darah secara mendadak dan meningkatnya frekuensi nafas yang di sebabkan oleh peningkatan kecemasan. (Amurwani et al., 2018) ; (Inayati et al., 2017b)

Kecemasan yang terjadi pada pasien preoperatif juga berdampak pada kesembuhan pasca operasi. Menurut (Mindasari et al., 2017) ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan penyembuhan luka post operasi, pasien yang mengalami tingkat kecemasan preoperatif yang tinggi mengalami kesembuhan luka kurang baik karena saat tubuh merasa stres dapat meningkatkan produksi kortisol sehingga memperlambat penyembuhan luka. Oleh karena itu pasien harus benar-benar siap secara fisik dan mental untuk menghadapi tindakan operasi sehingga meminimalkan komplikasi yang diakibatkan oleh rasa cemas (Yulianti & Mulyono, 2021)

Salah satu intervensi kecemasan pada pasien preoperatif teknik *Alternate nostril breathing* (Ghiya, 2017). *Alternate nostril breathing* (ANB) merupakan teknik pernafasan yoga yang dikenal dapat memberi efek relaksasi, menenangkan pikiran, menurunkan frekuensi nadi dan dan menurunkan tekanan darah (Mohamed & Soliman, 2020). Menurut Mohammed dan Soliman (2020) dalam studinya menyatakan bahwa teknik *Alternate nostril breathing* ini dapat menurunkan tingkat kecemasan, penurunan tekanan darah dan frekuensi nadi secara signifikan pada pasien hipertensi esensial/primer di Mesir. Demikian pula studi yang dilakukan oleh (Rung, 2021) menyatakan bahwa *Alternate nostril breathing* cukup efektif untuk mengurangi kecemasan pada kelompok wanita hamil yang selamat dari tindak kekerasan pasangannya. (Rung et al., 2021)

Dari penelitian terdahulu menunjukkan bahwa manfaat *Alternate nostril breathing* dapat menurunkan tingkat kecemasan, menguatkan seluruh sistem pernafasan dan menurunkan tekanan darah. Selain itu terapi *Alternate nostril breathing* ini mudah di lakukan oleh setiap orang, dan tidak perlu biaya tambahan untuk melakukan terapi ini. Dari beberapa literatur yang penulis temui masih belum ada yang meneliti pengaruh terapi *Alternate nostril breathing* terhadap penurunan kecemasan pasien yang akan menjalani prosedur pembedahan. Berdasarkan latar belakang dan uraian di atas penulis tertarik untuk meneliti pengaruh *Alternate nostril breathing* ini terhadap tingkat kecemasan pada pasien preoperatif.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana pengaruh terapi *Alternate nostril breathing* pada pasien yang mengalami kecemasan preoperatif ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan umum dari penelitian adalah adakah pengaruh pemberian *Alternate nostril breathing* pada pasien yang mengalami kecemasan peroperatif.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1 Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien preoperatif pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberikan terapi *alternate nostril breathing*.
- 2 Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien preoperatif pada kelompok kontrol.
- 3 Menganalisis tingkat kecemasan pasien preoperatif pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- 4 Menganalisis pengaruh *alternate nostril breathing* terhadap perubahan tingkat kecemasan pasien preoperatif pada *posttest* kelompok perlakuan dan kontrol.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat dijadikan referensi bagi perkembangan ilmu keperawatan khususnya ilmu keperawatan perioperatif dalam memberikan perawatan non-farmakologis pada pasien.

2. Bagi Pasien Preoperatif

Diharapkan dari penelitian ini terapi *Alternate nostril breathing* dapat di jadikan alternatif tindakan relaksasi bagi yang mengalami kecemasan preoperatif.

3. Bagi Perawat

Terapi *Alternate nostril breathing* dapat dijadikan sebagai pilihan alternatif tindakan keperawatan untuk mengurangi kecemasan pasien.

4. Bagi Institusi Kesehatan

Sebagai masukan untuk bahan pertimbangan menyusun Standar Operasional Prosedur (SOP) dalam meningkatkan mutu kualitas pelayanan keperawatan mengenai pengaruh terapi latihan *Alternate nostril breathing* pada pasien yang mengalami kecemasan preoperatif.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan bahan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya, dan dapat memberikan informasi dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut khususnya untuk penelitian yang

berhubungan dengan terapi *Alternate nostril breathing* dan kecemasan preoperatif .

6. Bagi Peneliti

Sebagai bahan untuk memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang diperoleh pada penelitian ini khususnya tentang terapi *Alternate nostril breathing* dan kecemasan preoperatif.